

利用の流れ

宇治市保健推進課へ利用の相談(申請)が必要です。

申請書は宇治市のホームページよりダウンロード可能です。

- 申請に際し、保健師等が体調、育児の状況、家族の状況をお聞きし、訪問させていただくことがあります。
- 申請後に利用の可否の審査を行い、利用決定後、「利用承認通知書」を送付します。
- 妊娠中から産後の利用を希望される場合は、ご相談ください。(ふれあい収集(自宅前ごみ収集)は妊娠中より利用できます。)

利用料について

- 世帯の市民税所得割額により利用料が異なりますので、各表をご覧ください。
- 申請後世帯の課税状況を確認し、利用料を決定します。
※申請が4月から5月の場合は前年度の個人市民税所得割額となります。
※本市にて確認できない場合は、市府民税課税証明書等の提出が必要です。

利用料

※利用料については、令和7年度の状況であり、変更することがあります。

【宿泊型】利用料は直接実施場所へお支払いください。

※赤ちゃんのミルク、オムツや衣類等は代金には含みません。

サービスを利用する年度の個人市民税の所得割額の合計	宿泊(24時間あたり)	多胎児加算
A: 28万円以上である世帯	9,000円	1,350円
B: 16万円以上28万円未満である世帯	6,000円	900円
C: 16万円未満である世帯で下記Dを除く世帯	4,000円	600円
D: 市民税非課税世帯及び生活保護世帯	600円	90円

【訪問型】利用料は直接訪問したスタッフへお支払いください。

サービスを利用する年度の個人市民税の所得割額の合計	訪問型 (90分~120分あたり)	多胎児加算 (一人当たり)	保育士加算 (保育士の同伴1回あたり)
A: 28万円以上である世帯	3,000円	405円	1,500円
B: 16万円以上28万円未満である世帯	2,000円	270円	1,000円
C: 16万円未満である世帯で下記Dを除く世帯	1,300円	180円	700円
D: 市民税非課税世帯及び生活保護世帯	300円	27円	300円

【日帰り型】利用料は直接実施場所で、助産師にお支払いください。

サービスを利用する年度の個人市民税の所得割額の合計	日帰り型(1回あたり)	多胎児加算(一人当たり)
A: 28万円以上である世帯	4,500円	607円
B: 16万円以上28万円未満である世帯	3,000円	405円
C: 16万円未満である世帯で下記Dを除く世帯	2,000円	270円
D: 市民税非課税世帯及び生活保護世帯	300円	40円

本パンフレットは令和7年4月時点の内容です。

お問い合わせ先

宇治市保健推進課 親子健康係
〒611-8501 宇治市宇治琵琶33

TEL: 0774-22-3141(代表)
FAX: 0774-21-0408

子育てにやさしいまち
うじ

一人じゃない

ココロとカラダの産後ケア

出産後のママと赤ちゃんのためのサポート

出産後から乳児期までは、慣れない育児でママのココロとカラダの負担は大きくなります。産後ケアサービスでは、ママの身体的な回復のための支援、授乳の指導や乳房のケア、ママの心理的支援、赤ちゃんの状況に応じた具体的な育児方法の指導などのサービスを提供します。



利用できる方

宇治市に住民票があり、産後の疲れや育児に不安を感じている生後1歳までの赤ちゃん和妈妈。

※母子のいずれかが感染性疾患に罹患している場合や入院による治療が必要な場合は、利用できません。

サポート内容

宿泊型、訪問型、日帰り型のサービスがあります。

専門職による育児相談、助言、指導などママと赤ちゃんへのサポートケアを行います。

ふれあい収集が 利用できます

ふれあい収集は、産後ケア事業の利用承認を受けたご家庭を対象に、週2回自宅前でごみの収集を行います。



宿泊型

市が委託している医療機関や助産院で、ゆっくりと休養しながら、産後の体調管理と育児サポート(授乳・沐浴・育児相談など)を受けることができます。

里帰り等の理由で委託先以外の施設で宿泊型を利用される際も事前に申請が必要です。

ケアの内容

ママのケア

体調管理・休養・育児相談など

赤ちゃんへのサポートケア

お風呂の入れ方、おっぱいの与え方などの助言や指導 ※母子同室になります。赤ちゃんの預かりは原則ありません。

実施場所(委託先)

- 医療法人社団一心会 都倉病院
宇治市宇治山本27
- 吉川助産院
宇治市木幡御園20-16
- 医療法人社団 中部産婦人科
京都市伏見区向島二ノ丸町151-44
- 独立行政法人 国立病院機構 京都医療センター
京都市伏見区深草向畑町1-1

利用期間

利用開始時刻から24時間以内の利用を1日とし、乳児1人当たり必要に応じて6泊7日まで利用可能です(双子の場合は、上限13泊14日)。 ※食事の提供を含みます。



利用者の声

- 身体を休められたのはとてもよかった。悪露の大きな塊が出た時も助産師さんにすぐ相談できて大慌てせずにすみ安心した。
- 産後のメンタルが崩れる期間や、おっぱいの初期のトラブルが生じる期間にいつでも専門職の方に声をかけられる環境にいられることがとてもありがたかったです。
- 入院中に乳腺炎になりかけたけれど、夜中にも関わらず助産師さんが見に来てくれて事なきを得ました。母乳のリズムを確立して退院できたことで気持ちがとても楽です。
- とても良かった。帝王切開だったため、産後、移動することなくそのまま利用できたのが本当にありがたかった。

訪問型

助産師による、産後の体調管理と育児サポート(授乳・沐浴・育児相談など)を自宅で受けることができます。

ケアの内容

市が委託している助産師が、ご自宅を訪問しケアを提供します。

ママのケア

体調管理・育児相談など

赤ちゃんへのサポートケア

お風呂の入れ方、おっぱいの与え方などの助言や指導 ※保育士によるサポートと同時利用可能です(別途有料)。

実施場所

●ご自宅

利用時間・回数

原則、1回90分から120分とし、1日1回の利用で、乳児1人当たり2日を上限とする。(双子は4日まで)



利用者の声

- 頼んでみるまでのハードルが高いうように感じていたが、実際使ってみるととてもよかった。
- 1日の大半を占めている授乳で苦しく悩んでいたところ、産後ケア事業を見つけました。助産師さんに家まで訪問してもらえるといたので、とてもありがたかったです。利用する時期が早いほど、心が軽くなると思います。
- 子育てをする中で、日々不安と孤独でいっぱいですが、利用して少し安心感がうまれ、楽しいと思えるようになりました。
- 不安なことを親身になって相談にのってくださり、沢山アドバイスしてくださったので、気持ちが楽になり、少し心に余裕をもって育児することができそうです。利用してよかったです。
- 産後外に出かけたりするのが難しいので、家に来てくださるのが良かった。細かいアドバイスが良かった。



日帰り型

市内の旅館で、ゆっくりと休養しながら、産後の体調管理と育児サポート(授乳・沐浴・育児相談など)を受けることができます。(スタッフ:助産師・保育士)

ケアの内容

ママのケア

体調管理・休養・育児相談など

赤ちゃんへのサポートケア

お風呂の入れ方、おっぱいやミルクの与え方などの助言や指導



実施場所(委託先)

●市内の旅館



※午前7時の時点で、特別警報、暴風警報または暴風雪警報が発表されている場合は、原則的に事業を中止します。午前7時の時点で上記警報が発表されていなくても、事業開始時間までに発表された場合、事業は中止となります。また、宇治市に震度5以上の地震が発生した場合も、原則的に事業を中止します。

利用時間・回数

午前11時から午後2時半まで。1日1回の利用で、乳児1人当たり2日を上限とする(双子は4日まで)。

定員 4組

※昼食の提供を含みます。

利用者の声

- お母さんたちとゆっくりと話すということだけでこんなにリフレッシュするんだなあと思いました。助産師さん、保育士さんにも親切にいただき、心置きなくリラックスできました。
- 助産師さんに発育のことも相談でき、保育士さんに遊び方も教えてもらえて本当に参考になりました。
- 子どもを助産師さんや保育士さんに預けられて、安心してゆっくり過ごせました。とっても貴重な時間でリフレッシュできました。
- 普段ゆっくりご飯を食べたり、お風呂に入ったりできないので、不安なこととかも聞けて、ゆっくりもできてとても有難いです。
- 外に出て大人と喋ったり自分以外の人に子どもをみてもらうことでとてもリフレッシュできました。この数時間のリフレッシュパワーは大きいです!
- 美味しいご飯が食べられてみんなでお話できて良かったです。
- ゆっくりお昼ご飯が食べられてお湯にも浸かることができ、さらに月齢の近いママさんと仲良くなれてとても良かったです! 沐浴も入れてくださって、助かりました。

